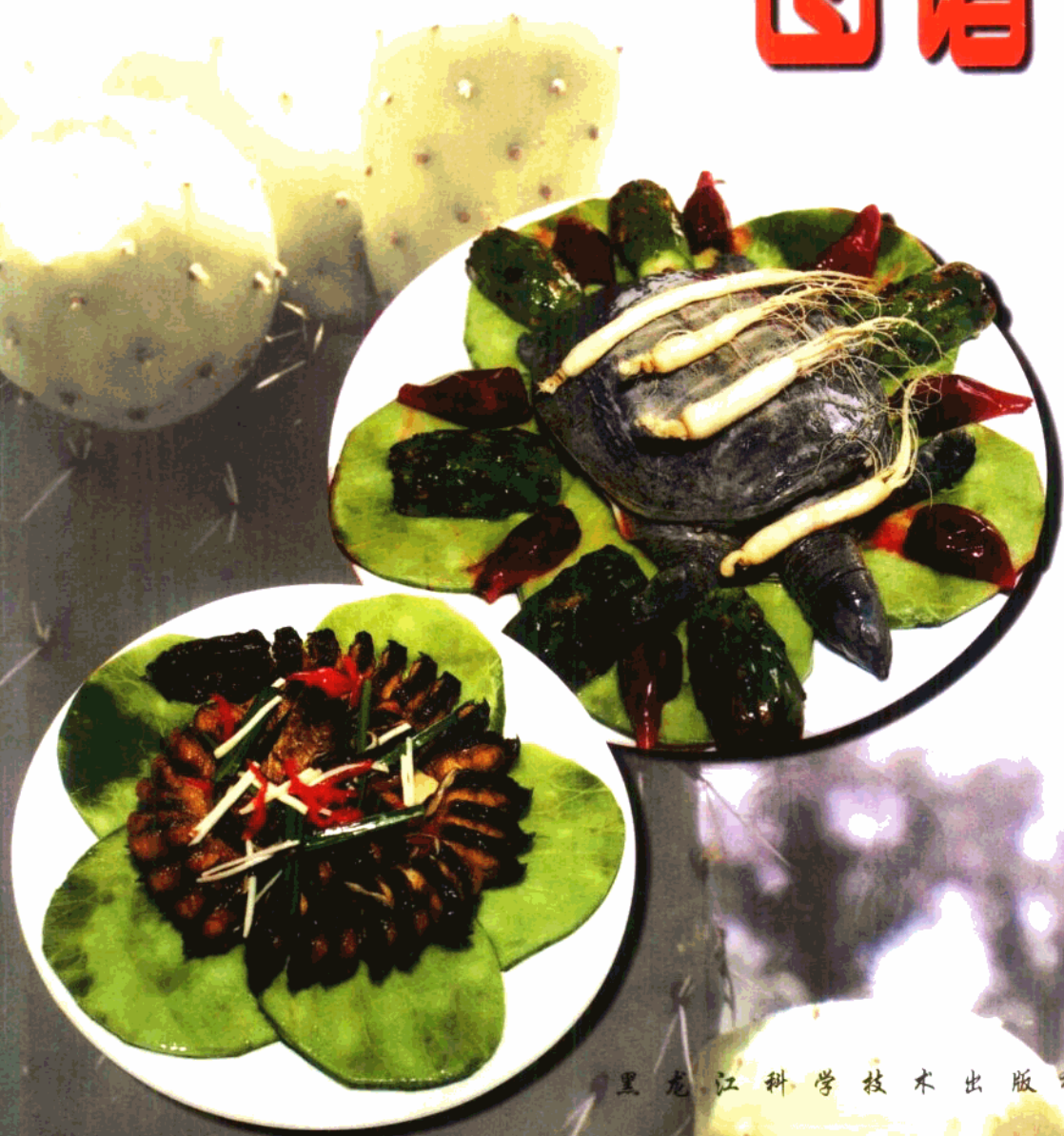


主编 王秋浩

仙人掌系列烹调 图谱



黑龙江科学技术出版社

开发仙人常饮良事也
创业记缘是良的志部

孙明文
1999.10.7

前 言

《本草纲目》说，人常食仙人掌可长寿。

仙人掌含有18种人体必须的氨基酸和多种微量元素，含有可增强人体免疫力的抱壁莲、角蒂仙和玉芙蓉等珍贵成分，不仅对人体具有清热解毒、消炎解暑、健胃补脾、行气活血、清咽润肺、养颜护肤等作用，而且对好多病症，如肝癌、糖尿病、支气管炎等，都有明显的治疗作用。

由海南康大仙人掌保健食品有限公司董事长汪金江开发研制的仙人掌系列保健食品，是21世纪最佳绿色天然保健食品之一。本书介绍的88种菜肴，就是由仙人掌系列保健食品中的绿色蔬菜、红色果实和其他配料一起加工制作而成的。

以仙人掌绿色蔬菜、红色果实为主料，制作形成的仙人掌菜系，是中国乃至世界前所未有的。仙人掌系列烹调图谱的诞生，为人类餐饮业增加了新的菜肴品系，为大众家庭改善日常膳食结构增添了新的保健美味品种。它将在人类饮食发展史上写下新的灿烂的篇章。

1999年10月16日

Desarrollando

La Gastronomía Nopalera

Se Fortalece

La Salud Humana.

发展仙人掌饮食业，增强人类健康体质。



A stylized, handwritten signature in black ink, appearing to read 'F. Jimenez G.' with a large, sweeping flourish at the end.

DR. FIDEL JIMENEZ G.

菲德尔·西门内斯·G 先生

墨西哥联邦区仙人掌种植协会

(执行主席)

MEXICO, D. F., SEPTIEMBRE DE 1999

一九九九年九月 于墨西哥城

目 录

一、仙人掌的概况·····1

1. 仙人掌种类与分布·····1

2. 仙人掌基地及开发项目·····5

二、仙人掌系列烹调图谱·····10

- | | | |
|-------------------|-------------------|-------------------|
| 掌片火腿炆银耳·····(12) | 鲜烤掌心·····(42) | 滑炒肉丝仙人掌·····(72) |
| 香菇豆腐炆掌丁·····(13) | 掌上明珠·····(43) | 仙人掌腰果炒虾仁·····(73) |
| 母子相会·····(14) | 九转仙人掌·····(44) | 瑞雪寻珍·····(74) |
| 红油火腿炆掌片·····(15) | 掌心冬笋熘木耳·····(45) | 金钩火腿炒掌丝·····(75) |
| 心心相映·····(16) | 炸烹仙人掌条·····(46) | 椒油三丝仙人掌·····(76) |
| 仙人纫针·····(17) | 鹿肉扒仙人掌·····(47) | 松塌仙人掌·····(77) |
| 双掌齐鸣·····(18) | 西柠煎掌心·····(48) | 仙人掌茄汁焖大虾·····(78) |
| 火腿银耳炆掌片·····(19) | 腊味仙人掌·····(49) | 仙人掌鸽蛋煎虾饼·····(79) |
| 蒜茸掌片·····(20) | 蕃茄仙人掌排·····(50) | 酥炸仙人掌·····(80) |
| 京糕雪梨拌掌丝·····(21) | 葱姜炒仙人掌·····(51) | 乳鸽爆掌条·····(81) |
| 杏仁枸杞炆掌片·····(22) | 火爆仙人掌·····(52) | 雀巢什锦仙人掌·····(82) |
| 仙人掌拌肚条·····(23) | 烤仙人掌肉片·····(53) | 佛手排翅燕窝掌·····(83) |
| 仙人掌核桃炆蚕蛹·····(24) | 鱼丸余掌丝·····(54) | 五柳盘龙仙人掌·····(84) |
| 掌条核桃烧红枣·····(25) | 京酱仙人掌·····(55) | 冰糖雪哈仙人掌·····(85) |
| 仙人掌萝卜烧牛肉·····(26) | 仙人掌熘里脊·····(56) | 铁掌定乾坤·····(86) |
| 仙人掌葱段烧海参·····(27) | 白鹤亮翅·····(57) | 金甲藏龙母子掌·····(87) |
| 仙人掌二冬烧菜胆·····(28) | 双人舞凤翡翠汤·····(58) | 双手金枣·····(88) |
| 仙人掌葱丝烧菠菜·····(29) | 翡翠象牙·····(59) | 奶香仙人掌京糕卷·····(89) |
| 仙人掌虾仁烧锅巴·····(30) | 干烧仙人掌·····(60) | 香辣仙人掌条·····(90) |
| 仙人掌枸杞烧兔丁·····(31) | 仙人掌扒鸡条·····(61) | 韭菜仙人掌炒羊肾·····(91) |
| 仙人掌猴头烧黄芪·····(32) | 仙人掌香菇扒菜胆·····(62) | 腰果三丁仙人掌·····(92) |
| 仙人掌板栗烧白菜·····(33) | 掌块荔枝炖山药·····(63) | 水煨仙人掌片·····(93) |
| 仙人掌百合烧大枣·····(34) | 仙人掌鸡丝炒蜆头·····(64) | 夏果蚝油仙人掌·····(94) |
| 仙人掌口蘑烧茭白·····(35) | 掌花莲籽煨冬瓜·····(65) | 煎酿仙人掌·····(95) |
| 仙人掌枸杞烧猪肝·····(36) | 仙人掌苦瓜炒青椒·····(66) | 人参腰花仙人掌·····(96) |
| 金果仙人掌·····(37) | 仙人掌拖蛋·····(67) | 五柳银鱼仙人掌·····(97) |
| 飞龙旋掌·····(38) | 仙人掌枸杞蒸蛋羹·····(68) | 仙人戏双龙·····(98) |
| 掌珠冰糖银耳羹·····(39) | 千张掌片·····(69) | 仙人献寿·····(99) |
| 五柳金环掌·····(40) | 仙人掌枸杞烹铁雀·····(70) | 墨西哥菜肴·····(100) |
| 芙蓉三鲜掌·····(41) | 酥炸仙人掌饼·····(71) | |

一、仙人掌的概况

1. 仙人掌种类与分布

仙人掌的种类很多，世界上大约有 3000 种左右，但一直到目前为止，仙人掌科的分类还没有统一，有分为 2700 种的，也有分为 3600 种的，还有一些其他不同的分法。

仙人掌分布很广，大部分原产于南、北美洲，只有两种附生类型的仙人掌原产于非洲马达加斯岛的森林地区。墨西哥是仙人掌类的王国，约占世界仙人掌种类的一半，多达 1000 余种。墨西哥高原每平方米就有不同的 6 个种类。我国仙人掌多产于海南、云南、广东、广西以及贵州、四川等地。



图-1 原产于墨西哥的元刺仙人掌



图-2 原产于墨西哥的元刺仙人掌



图-3 原产于墨西哥的元刺仙人掌



图-4 原产于我国海南省的仙人掌



图-5 原产于我国海南省的仙人掌



仙人掌系列保健食品荣获第二届国际爱
因斯坦博览会最高金奖及汪金江董事长在颁
奖台上



2. 仙人掌基地与开发项目

海南康大仙人掌保健食品有限公司拥有雄厚的仙人掌资源。其中海南基地儋州野生仙人掌开发公司有野生仙人掌 20000 亩；云南基地大理墨西哥品种野生仙人掌开发公司有墨西哥优良品种仙人掌 5000 亩；四川基地大渡河野生仙人掌开发公司有野生仙人掌 5000 亩；哈尔滨日光温室仙人掌开发公司种植墨西哥无刺开花结果优良品种 50 亩。公司有四条先进的生产线，有大庆罐头总厂、哈尔滨海南康大利民经济技术开发区加工厂等直属生产企业。

仙人掌系列保健食品包括仙人掌蔬菜、仙人掌罐头、仙人果罐头、仙人掌饮料、仙人果饮料、仙人掌复方口服液以及仙人掌果脯、果酒等 20 多个品种。



图-1 海南基地收获的野生仙人掌



图-2 公司所属企业生产线



图-3 公司所属企业厂房



图-4 海南基地的野生仙人掌



图-5 海南基地收获的仙人掌果



图-6 仙人掌蔬菜



图-7 仙人掌、仙人掌果罐头



图-8 仙人掌仙果饮料



图-9 仙人掌复方口服液

二、仙人掌系列烹调图谱



中国首届仙人掌名师名菜品尝会



海南康大仙人掌保健食品有限公司董事长汪金江在中国首届仙人掌名师名菜品尝会上



美丽诱人的仙人掌



令人垂涎的仙人掌果

掌 片 火 腿 炆 银 耳

主料：仙人掌 300 克。

配料：火腿 50 克、水发银耳 100 克。

调料：碘盐 5 克、味精 3 克、糖 5 克、醋 3 克、香油 5 克。

制作：

(1) 将仙人掌、火腿切成菱形薄片，同银耳沸水焯一下捞出投凉，沥尽水。

(2) 把仙人掌、火腿、银耳放入盆中，加盐、味精、糖、醋拌匀、淋入香油即好。

